КИБЕРБУЛЛИНГ - ТРАВЛЯ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ.  
Как защитить своего ребенка?  
  
Кибербуллинг – это оскорбления, угрозы, клевета, шантаж и компромат, которые адресуются человеку через личные или общедоступные сообщения в мессенджерах, соцсетях, через электронную почту.  
  
Недоброжелатель может выкладывать на обозрение общественности фото или видеоматериалы, которые содержат информацию очень личного характера, сокрушительную для репутации жертвы. Такие ситуации психологически очень болезненны для человека.  
  
Дети и подростки могут замыкаться в себе и думать, что с этой проблемой справиться невозможно. В этом таится самая главная опасность, потому что выход есть всегда, а замалчивание в такой острой ситуации действительно может принести вред!  
  
❗К сожалению, очень часто кибербуллинг не заметен для взрослых, а дети не торопятся просить помощи.  
  
🔵 КАК ПО КОСВЕННЫМ ПРИЗНАКАМ ОПРЕДЕЛИТЬ, ЧТО РЕБЕНОК СТАЛ ЖЕРТВОЙ КИБЕРБУЛЛИНГА?  
  
🔹Ребенок стал закрытым, уходит в мир фантазий и компьютерных игр, что обычно ему не свойственно.  
🔹Снижение настроения, ухудшение общего состояния здоровья, возможно появление различных болей.  
🔹Появляются проблемы с успеваемостью и посещаемостью школы. Это может быть связано с тем, что инициаторами кибербуллинга часто выступают одноклассники жертвы.  
🔹Пропадают личные вещи.  
🔹Травля в интернете может проходить одновременно с непосредственным буллингом, тогда возможно появление синяков, ссадин от драк и побоев.  
🔹В очень тяжелых случаях, когда травля постоянна и жестока, возможно развитие депрессии у ребенка, а также попытки суицида.  
  
🔵 КАК НЕ ДОПУСТИТЬ? ПРОФИЛАКТИКА КИБЕРБУЛЛИНГА:  
  
🔹Дружелюбие. Всегда напоминайте детям, что дружелюбие при общении с людьми в реальности и в сети Интернет – это самое важное. Под запретом резкие слова и оскорбительные выражения. Объясните, что читать грубости также неприятно, как и слышать.  
  
🔹Эффективное реагирование. Научите детей правильно реагировать на обидные слова или действия других пользователей (покинуть данный ресурс, удалить свой аккаунт или личную информацию, прекратить общение с агрессором).  
  
🔹Личная информация. Объясните детям, что нельзя выкладывать в открытый доступ свою личную информацию (адрес, номер телефона, личные фотографии). Расскажите на примере, как это информация может быть использована агрессорами.  
  
🔹Помогите ребенку найти выход из ситуации. Практически на всех Интернет-платформах есть возможность заблокировать обидчика, написать жалобу администратору или модератору, потребовать удаление страницы (аккаунта).  
  
🔹Поддерживайте доверительные отношения с ребенком. Важно, чтобы ребенок в случае угроз и агрессии обратился к вам за помощью и был уверен в том, что получит поддержку и участие, а не равнодушие или ворчание: «Меньше надо было сидеть за компьютером».  
  
🔹Спокойствие. Бурной реакцией можно еще больше напугать ребенка. Ваша главная задача – его эмоциональная поддержка. Дайте ребенку уверенность в том, что проблему можно преодолеть. Наказание и ограничение действий из-за того, что он вам показал и рассказал, нарушает доверие и провоцирует скрытность  
  
🔹Наблюдайте за настроением ребенка во время и после его общения с кем-либо в Интернете.  
  
🔹Убедитесь, что оскорбления из сети не перешли в реальную жизнь. Если поступающие угрозы являются достаточно серьезными, касаются жизни или здоровья ребенка, а также членов вашей семьи, то обращайтесь в правоохранительные органы, так как действия обидчиков могут попадать под действия законов административного или уголовного кодексов.  
  
🔹Сделайте скриншоты всех сообщений, в которых были угрозы, оскорбления, высмеивания. Это поможет вам при обращении в полицию и к представителю социальной сети, Интернет-платформы.  
  
🔹ВАЖНО! Дайте понять: что бы ни случилось, родители и близкие люди всегда будут на стороне ребенка. Именно к вам он может обратиться за поддержкой или советом.  
  
🔵 КАКИЕ ДЕТИ ЧАЩЕ ВСЕГО ПОДВЕРГАЮТСЯ ВИРТУАЛЬНОЙ ТРАВЛЕ?  
  
Любой, без исключения ребенок, может стать жертвой кибербуллинга, но дети, обладающие данными качествами, подвергаются травле чаще всего:  
🔹Застенчивые, стеснительные,  
🔹неуверенные в себе,  
🔹тревожные,  
🔹не имеющие близких друзей, поддержки в коллективе.  
  
❗ВАЖНО!  
  
Нельзя без разрешения ребенка читать его переписки и социальные сети. Лезть в личную информацию без договоренности с ним – путь к конфликту.  
  
При тотальном контроле и порицании ребенка за ЛИЧНУЮ переписку, которую вы считаете «неправильной», ребенок ответит тем, что создаст тайные аккаунты и будет вам лгать.  
  
Если ваш ребенок только регистрируется в соцсетях или начинает играть в онлайн-игры, поговорите с ним. Расскажите о важности хранения личных данных, настройках приватности, о том, что нужно размещать в соцсетях, а что – нет. Так вам будет спокойнее, а ребенок станет чуть более ответственным в Интернете.  
  
Если вы столкнулись с кибербуллингом, не стесняйтесь разбираться в ситуации, обращаться в школу, к правоохранительным органам. На сегодняшний день в российском законодательстве существуют уголовные наказания:  
🔹Реальная угроза убийством и причинение тяжкого вреда здоровью (ст. 119 УК РФ);  
🔹Оскорбление (ст. 130 УК РФ);  
🔹Клевета (ст. 128.1 и 298 УК РФ);  
🔹Доведение до самоубийства (ст. 110 УК РФ).  
  
Публикация создана на основе материалов, предоставленных Воловой Татьяной Леонидовной, главным внештатным психиатром детским министерства здравоохранения Архангельской области, заведующей Центром детской и подростковой психиатрии ГБУЗ АО «АКПБ».

[Открыть](https://m.vk.com/wall-71993062_973)